

MES: Diciembre 2019

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
<p>2</p> <p>Macarrones integrales con boloñesa de atún y huevo cocido</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas negras</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>3</p> <p>Crema de calabacín con queso fresco y col kale</p> <p>Filete de merluza a la plancha con patatas dado</p> <p>Fruta y pan integral</p>	<p>4</p> <p>Alubias estofadas con verduras</p> <p>Rape en salsa verde con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>5</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Yogur y pan integral</p>	<p>6</p> <p>FESTIVO</p>	<p>VE: 2597/621</p> <p>GT: 19</p> <p>GS: 3</p> <p>HC: 86</p> <p>AZ: 23</p> <p>PROT: 33</p> <p>SAL: 2</p>
<p>9</p> <p>FESTIVO</p>	<p>10</p> <p>Coditos a la napolitana</p> <p>Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Fruta y pan integral</p>	<p>11</p> <p>Salteado de acelgas con patatas</p> <p>Tortilla francesa con patatas dado</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>12</p> <p>Crema de legumbres</p> <p>Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Yogur y pan integral</p>	<p>13</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Ventresca de merluza con pil-pil de tomate con ensalada de lechuga y maíz</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>VE: 3035/726</p> <p>GT: 23</p> <p>GS: 3</p> <p>HC: 102</p> <p>AZ: 22</p> <p>PROT: 36</p> <p>SAL: 2</p>
<p>16</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas</p> <p>Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza al horno con vinagreta de soja con salteado de verduras</p> <p>Fruta y pan integral</p>	<p>18</p> <p>Sopa de pasta</p> <p>Revuelto de queso con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>19</p> <p>Alubias pintas estofadas con verduras</p> <p>Filete de palometa con refrito de ajo y balsámico con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Yogur y pan integral</p>	<p>20</p> <p>Patatas estofadas con verduras</p> <p>Filete de merluza a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>VE: 2524/604</p> <p>GT: 15</p> <p>GS: 2</p> <p>HC: 90</p> <p>AZ: 24</p> <p>PROT: 31</p> <p>SAL: 3</p>
<p>23</p> <p>FESTIVO</p>	<p>24</p> <p>FESTIVO</p>	<p>25</p> <p>FESTIVO</p>	<p>26</p> <p>FESTIVO</p>	<p>27</p> <p>FESTIVO</p>	<p>VE: 0/0</p> <p>GT: 0</p> <p>GS: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>AZ: 0</p> <p>PROT: 0</p> <p>SAL: 0</p>
<p>30</p> <p>FESTIVO</p>	<p>31</p> <p>FESTIVO</p>			<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.</p>	<p>VE: 0/0</p> <p>GT: 0</p> <p>GS: 0</p> <p>HC: 0</p> <p>AZ: 0</p> <p>PROT: 0</p> <p>SAL: 0</p>